



日期	上午點心	午 餐					下午點心	每日食物類別一覽表			
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
9/1(二)	奶皇包+豆漿	燕麥飯	韭黃炒鮮蚵	鮮筍滷杏鮑菇	時令蔬菜	冬瓜干貝湯	芋頭雞茸粥、時令水果	V	V	V	
9/2(三)	鍋貼	黑米飯	芋頭燒雞	小黃瓜炒蛋	時令蔬菜	海帶芽味噌湯	雞蛋吐司+優酪乳、時令水果	V	V	V	
9/3(四)	蘿蔔糕	小米飯	蒜泥白肉	洋蔥炒豆干	時令蔬菜	杏鮑菇雞湯	豆花、時令水果	V	V	V	
9/4(五)	慶生蛋糕+鮮奶	黃金炒飯		時令蔬菜		玉米濃湯	家常湯麵、時令水果	V	V	V	
9/7(一)	餛飩米粉湯	芋頭飯	番茄燒肉	蘆筍炒菇菇	時令蔬菜	金針豆腐湯	綠豆蒜西米露、時令水果	V	V	V	
9/8(二)	雞茸冬粉	薏仁飯	蒜香吻仔魚	綜合滷味	時令蔬菜	竹筍雞湯	沙威瑪、蔬果汁	V	V	V	
9/9(三)	饅頭夾肉鬆+地瓜腰果米漿	紅麥飯	五香滷雞腿	芹菜鮑魚菇	時令蔬菜	洋芋蘿蔔湯	紅豆薏仁湯、時令水果	V	V	V	
9/10(四)	小餐包、黑木耳露	芝麻飯	蒜香蒸鱈魚	南瓜燒豆腐	時令蔬菜	蒜頭香菇雞湯	蔥花煎餅+優酪乳、時令水果	V	V	V	
9/11(五)	魚片蛋粥	什錦炒麵條		吻仔魚炒莧菜/蒜香菠菜		赤肉羹湯	蓮子薏仁湯、時令水果	V	V	V	
9/14(一)	酸辣湯麵	燕麥飯	壽喜燒肉	絲瓜炒雞蛋	時令蔬菜	腰果燉雞湯	四喜甜湯、時令水果	V	V	V	
9/15(二)	藜麥小米粥	蕎麥飯	香菇燒雞肉	山藥炒蘆筍	時令蔬菜	瓠瓜排骨湯	煎芋頭糕、蔬果汁	V	V	V	
9/16(三)	高麗菜湯餃羹	黑米飯	滷豬腱切片	塔香炒蛋	時令蔬菜	玉米白菜蛋花湯	紅棗蓮藕湯、時令水果	V	V	V	
9/17(四)	番茄蔬菜肉片麵線	胚芽米飯	冬瓜悶雞球	魚香豆腐	時令蔬菜	小魚苦瓜雞湯	韭菜蝦米雞蛋餅+鮮奶、時令水果	V	V	V	
9/18(五)	麻油雞丁麵線	塔香杏鮑菇炒飯		蟹肉雙燴青花菜		餛飩湯	黑糖布丁、時令水果	V	V	V	
9/21(一)	鮮奶饅頭+堅果豆漿	五穀飯	韭菜炒肉絲	蒸蛋	時令蔬菜	豆腐羹	八寶冬粉、時令水果	V	V	V	
9/22(二)	干貝蔬菜粥	芝麻飯	泰式打拋豬	金沙南瓜	時令蔬菜	金茸三絲湯	紅豆地瓜湯、時令水果	V	V	V	
9/23(三)	地瓜泥全麥吐司+優酪乳	糙米飯	烤味噌鮭魚	螞蟻上樹	時令蔬菜	芋頭排骨湯	蘿蔔肉片米粉湯、時令水果	V	V	V	
9/24(四)	莧菜小魚粥	蕎麥飯	黑木耳麻油雞	菇炒三絲	時令蔬菜	薑片絲瓜湯	煎蘿蔔糕、蔬果汁	V	V	V	
9/25(五)	中秋節放假一天										
9/28(一)	教師節休假一天										
9/29(二)	古早味米苔目湯	胚芽米飯	茄汁燒肉	嫩芽烘蛋	時令蔬菜	蘋果黑棗排骨湯	黑糖桂圓小米粥、時令水果	V	V	V	
9/30(三)	赤肉羹麵線	鮭魚炒飯		起司焗烤花椰菜		山藥栗子雞湯	紫山藥煎餅、蔬果汁	V	V	V	

*本園食材來源一律使用國產豬、牛肉，食材聲明書請見官方網站。

本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、奇異果含麩質之穀物及其過敏製品，不適合對其過敏者食用，幼兒如有過敏，家長請事先告知。

教保黃于菁
行政